毎日コツコツ！　骨粗しょう症予防教室

みなさんの“骨”の状態は健康ですか？

「骨粗しょう症」とは、加齢とともに骨の量が減って、スカスカになる状態のことを言い、女性に多くみられる病気です。日頃から食生活や運動に気を配ると骨の減るスピードを遅らせることができます。

いつまでも美しく健康であるために、骨粗しょう症予防のための食事と手軽な運動にトライしてみませんか！

▶日　　時　6月28日(木)
受　　付　午前９時45分～10時
講話・調理実習　午前10時～午後０時30分
運動実技　　午後１時～３時

▶場　　所　茨城町総合福祉センター「ゆうゆう館」内保健センター
栄養指導室（２階）、健診室（１階）

▶対　　象　町内在住の女性

▶持参するもの　米１合、エプロン、三角巾、運動のできる服装、運動靴、汗拭きタオル、水分補給用の飲み物など

▶参加費用　無料

▶定　　員　20人　　※定員になり次第締め切らせていただきます。

▶申込締切　５月21日(月)から６月15日(金)までに、健康増進課にお申し込みください。

【申込・問合せ先】　健康増進課　☎ 029－240－7134（直通）

いばらきマリッジサポーター

結婚相談会

～結婚よろず相談・人生の宝さがし～

「いばらきマリッジサポーター」による結婚相談会を下記のとおり開催します。結婚を希望される本人、ご家族、どなたでもお気軽にご相談ください。

相談会当日は、当会登録者のプロフィールを閲覧することができ、ご質問、ご相談に対しマリッジサポーターがお答えします。（その場で加入もできますので、写真（縦10㎝×横7㎝）を１枚お持ちください）結婚に関心のある方のご参加をお待ちしています。

☆**日　時**　６月17日(日)　午前10時～午後３時
☆**会　場**　茨城町総合福祉センター「ゆうゆう館」２階　多目的室
☆**参加費**　無料
☆**主　催**　マリッジサポーター県央地域活動協議会、茨城県、(一社)いばらき出会いサポートセンター
☆**協　力**　茨城町

※マリッジサポーターは茨城県知事より委嘱を受け、ボランティアで結婚支援を行っています。

【問合せ先】社会福祉課　☎ 029-240-7112（直通）

認定こども園　6月

長…長岡幼稚園　沼…沼前幼稚園　ま…まさみ幼稚園　飯…飯沼こども園
さ…さくら保育園　い…いばらき幼稚園　中…いばらき中央認定こども園

日	月	火	水	木	金	土
					1 **飯**『制作』6月のカレンダーを作ろう **ま** サーキット遊び① ※要予約 **さ** 室内大型遊具で遊ぼう **い** 面'sクラブ	2
3	4 **長** 子育て講座（保健師：乳幼児の予防接種と夏に流行る感染症について） **ま** ベビーマッサージ ※要予約 **さ** ティータイム	5 **沼** みんなで遊ぼう（サツマイモ苗植え） **ま** 少人数クラス お外で遊ぼう　※登録制 **飯** 身体測定　おはなし会 **い** つくって遊ぼう（父の日のプレゼントづくり）	6 **長** さつまいも苗植え **ま** リトミック （ペンギンコース10：00～/イルカコース10：45～） **飯** 親子でクッキング!【クッキー】※要予約	7 **沼** リズムでルンルン♪（ミニ・コンサート） **ま** さつまいもの苗植え **さ** 制作（手形・足形） 給食体験 **中** 栄養士さんとお話ししよう	8 **長** サーキット遊び **ま** お外で遊ぼう **飯** 砂場でどろだらけ! **さ** 室内大型遊具で遊ぼう	9 **ま** 土曜日イベント：親子体操
10	11 **ま** サーキット遊び② ※要予約 **さ** ティータイム	12 **長** 親子ふれあいタイム（園庭開放） **沼** わくわくリサイクル（父の日のプレゼント） **ま** しゃぼん玉遊び **飯** 園児と（年中児クラス）いっしょにリトミック♪ **さ** クラス体験　※要予約 **い** 電車に乗りに行こう（鹿島鉄道）！　※要予約	13 **ま** じゃがいも掘り（予定）　※要予約 **飯** 親子でクラス体験～0・1・2歳児～ ※要予約	14 **長** 読み聞かせ（和音絵） **沼** なかよしひろば（ママのためのエクササイズ） **ま** しゃぼん玉遊び **さ** サーキット遊び 給食体験 **中** ベビーリーフの種蒔きをしよう	15 **飯** シャボン玉であそぼう! **ま** しゃぼん玉遊び **さ** 室内大型遊具で遊ぼう	16
17	18 **ま** ベビーマッサージ ※要予約 **さ** ティータイム	19 **長** つくってあそぼう（読み聞かせ（「しらゆきひめ」による）） **沼** **ま** 少人数クラス しゃぼん玉遊び　※登録制 **飯** 6月生まれのお友達! 園児とお誕生会　※要予約 **い** 水紀先生とたくさん体を動かそう	20 **沼** おなか元気教室 **ま** おはなし会 **飯** シールを貼ってあそぼう!	21 **沼** 子育て講座（保健師） **ま** 親子体操　10：00～ **さ** 誕生会 給食体験　※要予約 **中** 親子ヨガ	22 **ま** お外で遊ぼう **飯** バルーンアートでアンパンマンを作ろう ※要予約　10:30～ **さ** 室内大型遊具で遊ぼう **中** 母と子のスキンシップ ふれあい遊び（ベビーマッサージ）	23 **ま** 土曜日の園庭開放 9：00～14：00
24	25 **長** 親子ふれあいタイム（園庭開放、身体測定） **ま** リフレッシュタイム **さ** ティータイム	26 **沼** みんなで遊ぼう（６月の誕生会） **ま** 制作（七夕飾り） **い** つくって遊ぼう（笹飾りをつくろう）	27 **長** 誕生会 **ま** 制作（七夕飾り） **飯** 交通訓練に参加しよう（園行事参加） **さ** 寝相アート撮影会	28 **沼** わくわくリサイクル（小麦粉粘土遊び） **ま** 誕生会　※要予約 **さ** 制作（短冊作り） **中** つくって遊ぼう（笹飾りをつくろう）	29 **ま** 制作（七夕飾り） **飯**『制作』7月のカレンダーを作ろう **さ** 室内大型遊具で遊ぼう **い** 面'sクラブ	30

長岡幼稚園　☎029（292）4019
☆活動時間　午前10時～11時
☆うさぎ組の開放時間　各活動日の午前９時～午後２時
どなたでも予約なしで参加できます。
☆おむつ交換用にバスタオル等をお持ちください。
☆つくってあそぼうの活動は材料を持参して頂きます。お問い合わせください。
☆駐車場は小学校下の駐車場をご利用ください。
☆育児相談を随時実施中です。校庭奥の駐車場にお気軽にお声掛けください。

沼前幼稚園　☎029（293）9209
☆活動時間　午前10時～11時
☆いちご組の開放時間　各活動日の午前９時～午後２時
☆持ち物等　5日：長靴・帽子・着替え・軍手・飲み物　7日：雑巾（上靴）　12日：折り紙・ハサミ・のり・シール　14日：バスタオル　20日：筆記用具　21日：親子（上靴）　26日：筆記用具
☆予約は不要です。お気軽にお越しください。
☆オムツ換えやベッドをご利用の方は、衛生上バスタオルをお持ちください。
☆育児相談を随時実施しています。お気軽にお越しください。

まさみ幼稚園　☎029（293）7111
☆活動時間　午前10時～　1・11日は午前10時30分～
☆リトミック…ペンギンコース（1歳半くらいまで）、イルカコース（1歳半から）
☆サーキット遊びの参加申込み…5月28日(月)　午前９時～
イベント・誕生会・ベビーマッサージの参加申込み…6月1日　午前９時～
☆12・14・15日と26・27・29日はそれぞれ同じ活動です。
参加ご希望の方は都合の良い日をお選びください。
☆少人数クラスの活動（登録制）10組限定
☆園庭開放・子育て相談（毎日）　午前９時～午後２時
☆子育て相談を随時実施しています。お気軽にご相談ください。
※詳細はHPをご覧いただくか、お問い合わせください。

飯沼こども園　☎029（292）6868
☆要予約の受付　1日から7日の間　午前10時～午後４時
☆園庭開放・育児相談（看護師等）　4・11・18・25日
〃・育児相談（栄養士等）　7・14・21・28日
☆持ち物等　8日：着替え、タオル

さくら保育園　☎029（219）0007
☆活動時間（ティータイム、制作など）午前10時～
☆要予約の受付…21日(火)の受付　12日(火)の受付　10組　5日午前10時～　14日午前10時～　11日午後６時～
☆育児相談は、事前に電話で相談内容をお知らせください。
☆お外であそぼう・育児相談（土・日・祝日を除く毎日）

いばらき幼稚園　☎029（292）0162
☆要予約の受付　12日(火)の受付(10組)　5月1日(火)～
☆トドラーズクラブ　親子で一緒に楽しく遊ぼう♪
☆面'sクラブ　毎週火曜日　午前10時30分～11時30分
☆毎週金曜日　午前10時30分～11時30分（パパママ向け）
心も身体もリフレッシュ☆
☆ベビーマッサージ　親子でスキンシップ（生後２ヶ月～1歳未満対象）
金曜日（年５回予定）　午前10時30分～11時30分
☆その他　園庭開放・子育て相談（毎日）　午前９時～午後２時
※初めての方はお問い合わせください。

いばらき中央認定こども園　☎029（292）1207
☆おててつないで　親子で一緒に楽しく遊ぼう♪（満1歳～2歳対象）
毎週木曜日　午前10時30分～11時30分
☆ベビーマッサージ（親子でスキンシップ（生後２ヶ月～1歳未満対象）
金曜日（年５回予定）　午前10時30分～11時30分
☆園庭開放・子育て相談　毎日　午前８時30分～午後１時30分
※初めての方はお問い合わせください。